

غسل اليدين بالماء والصابون



١

بلل اليدين بالماء وضع كمية كافية من الصابون



٢

افرك راحتي اليدين جيداً



٣

افرك راحة اليد اليمنى بظهر اليد اليسرى مع تشبيك الاصابع وبالعكس



٤

افرك الأصابع من الخلف مع راحة اليد الأخرى والأصابع مضمومة



٥

افرك الإبهام الأيسر بطريقة دائرية في راحة اليد اليمنى وبالعكس



٦

اشطف اليدين بالماء



٧

جفف اليدين بمحارم تستخدم لمرة واحدة فقط



٨

افرك أصابع اليد اليمنى بحركة دائرية في راحة اليد اليسرى وبالعكس



٩

استخدم المحارم الورقية أو الكوع لغلغق الصنبور

ملاحظات:



اقتصد في استخدام الماء



يجب أن لا تقل مدة غسل اليدين عن ٢٠ ثانية